

**PENATALAKSANAAN *SHORT WAVE DIATHERMY* (SWD) DAN TERAPI
LATIHAN *WILLIAM FLEXION EXERCISE* PADA
LOW BACK PAIN KARENA *SPONDYLOLISTHESIS L4-5***

KARYA TULIS ILMIAH



**Diajukan guna melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat
untuk menyelesaikan pendidikan Program
Diploma III Jurusan Fisioterapi**

Disusun Oleh :

AMBAR IKA SAFITRI
J 100 060 049

**JURUSAN FISIOTERAPI D-III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2009**

BAB I

PENDAHULUAN

Dalam Pembukaan UUD 1945 tercantum dengan jelas cita-cita bangsa yang sekaligus merupakan tujuan nasional bangsa Indonesia. Untuk mencapai tujuan nasional tersebut diselenggarakan upaya pembangunan yang berkesinambungan dalam rangkaian program pembangunan yang menyeluruh, terarah dan terpadu. Penyelenggaraan upaya tersebut merupakan tekad bangsa Indonesia untuk memajukan kesejahteraan umum. Untuk mewujudkan hal tersebut dapat dicapai melalui berbagai aspek termasuk aspek kesehatan (Depkes RI, 1999).

Pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang optimal. Upaya kesehatan yang semula menitikberatkan pada upaya menyembuhkan pasien secara berangsur-angsur berkembang kearah keterpaduan upaya kesehatan yang menyangkut upaya peningkatan kesehatan (promotif), pencegahan kesehatan (preventif), penyembuhan penyakit (kuratif), dan pemulihan kesehatan (rehabilitatif) harus dilaksanakan bersama antara pemerintah dan masyarakat (UU RI no. 23 Tentang Kesehatan, 1992).

A. Latar Belakang Masalah

Low Back Pain (LBP) atau Nyeri Pinggang Bawah (NPB) merupakan kondisi yang sering dikeluhkan pasien, dan banyak menyerang penduduk dunia. Sebagian besar LBP disebabkan oleh gangguan struktur jaringan lunak. Di Amerika Serikat,

keluhan ini merupakan salah satu keluhan pasien terbanyak kurang lebih 60%-80% populasi orang dewasa pernah mengalami kondisi ini dalam hidupnya. Keluhan ini dimulai pada usia 25 tahun dan paling banyak usia antara 40 tahun dan 45 tahun. Sehingga keluhan LBP paling sering menyebabkan kehilangan hari kerja pada umur kurang dari 45 tahun (Soedomo, 2002).

Dari semua kasus, yang dapat ditemukan kelainan anatomisnya, antara lain ; *Hernia Nucleus Pulposes* (HNP), *Stenosis canalis spinalis*, *spondyloarthrosis* dan *spondylolisthesis*. Sisanya sebanyak 70%-80% tidak diketahui penyebabnya (idiopatik) (Yanuar, 2002).

Spondylolisthesis merupakan subluksasi tulang belakang yang sering dijumpai pada individu muda. Keadaan ini sering terjadi pada tulang vertebrae spinalis bawah (85% pada L5 ; 10% pada L4 ; 4% pada semua vertebrae lumbalis bagian lainnya dan jarang dijumpai pada segmen vertebrae lain) (Yuziana, 2006).

Low Back Pain karena *spondylolisthesis* akan menimbulkan permasalahan, baik kapasitas fisik berupa nyeri pada punggung bawah, spasme otot paravertebrae lumbal, keterbatasan lingkung gerak sendi (LGS) lumbal, penurunan kekuatan otot penggerak trunk dan permasalahan kemampuan fungsional berupa pasien kesulitan dari tidur ke bangun, duduk terlalu lama terasa pegal, untuk membungkuk sakit (Sidharta, 1984).

Spondylolisthesis biasanya disertai nyeri atau tanpa nyeri. Nyeri karena *spondylolisthesis* dibedakan dalam 3 kelompok umur, yaitu kelompok umur di bawah 26 tahun hanya 10% timbul nyeri, pada kelompok umur 26-39 tahun kemungkinan besar didapat nyeri dan di atas 40 tahun selalu didapat nyeri (Cox, 1990). Nyeri merupakan keluhan yang sering mendorong pasien mencari pertolongan

pelayanan kesehatan termasuk pelayanan fisioterapi. Berbagai modalitas fisioterapi dapat digunakan untuk mengurangi atau menghilangkan nyeri (Mardiman, 2001).

Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang daur kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan fisik (fisik elektroterapeutis dan mekanis), pelatihan fungsi, komunikasi (Menkes. 2001).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang timbul pada LBP akibat *spondylolisthesis*, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah *Short Wave Diathermy* (SWD) dan *William Flexion Exercise* dapat mengurangi nyeri pada *Low Back Pain* karena *Spondylolisthesis* L₄₋₅.
2. Apakah *Short Wave Diathermy* (SWD) dan *William Flexion Exercise* dapat meningkatkan kekuatan otot trunk pada *Low Back Pain* karena *Spondylolisthesis* L₄₋₅.
3. Apakah *Short Wave Diathermy* (SWD) dan *William Flexion Exercise* dapat meningkatkan lingkup gerak sendi trunk pada *Low Back Pain* karena *Spondylolisthesis* L₄₋₅.
4. Apakah *Short Wave Diathermy* (SWD) dan *William Flexion Exercise* dapat mengurangi *spasme* pada *Low Back Pain* karena *Spondylolisthesis* L₄₋₅.

C. Tujuan Penulisan

5. Tujuan penulisan dalam Karya Tulis Ilmiah dengan pelaksanaan *Short Wave Diathermy* dan Terapi Latihan *William Flexion Exercise* pada *Low Back Pain* karena *Spondylolisthesis* L4-5 adalah: (1) Untuk mengetahui apakah *Short Wave*

Diathermy (SWD) dan *William Flexion Exercise* dapat mengurangi nyeri pada *Low Back Pain* karena *Spondylolisthesis* L₄ – 5. (2) Untuk mengetahui apakah *Short Wave Diathermy* (SWD) dan *William Flexion Exercise* dapat meningkatkan kekuatan otot trunk pada *Low Back Pain* karena *Spondylolisthesis* L₄ – 5. (3) Untuk mengetahui apakah *Short Wave Diathermy* (SWD) dan *William Flexion Exercise* dapat meningkatkan lingkup gerak sendi trunk pada *Low Back Pain* karena *Spondylolisthesis* L₄ – 5. (4) Untuk mengetahui apakah *Short Wave Diathermy* (SWD) dan *William Flexion Exercise* dapat mengurangi *spasme* pada *Low Back Pain* karena *Spondylolisthesis* L₄ – 5.

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan tentang nyeri pinggan bawah karena spondylolisthesis dan penatalaksanaannya sehingga dapat menjadi bekal untuk penulis setelah lulus.

2. Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi yang benar pada pasien, keluarga dan masyarakat sehingga dapat lebih mengenal mengenai gambaran nyeri pinggang bawah karena spondylolisthesis.

3. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi objektif mengenai nyeri pinggang bawah karena spondylolisthesis kepada tenaga medis baik yang bekerja di Rumah Sakit atau Puskesmas.

4. Bagi Pendidikan

Dapat bermanfaat bagi dunia pendidikan untuk lebih mengembangkan ilmu pengetahuan dan menyebarkan informasi mengenai nyeri pinggang bawah karena spondylolisthesis.